

## Fisioterapia, Tecniche e approcci riabilitativi

- Rieducazione ortopedica /traumatologica
- Maitland (livello 1°), Trigger Point, Akupunture massage, Cyriax, Pilates
- Bobath neurologico adulto
- Linfodrenaggio secondo Vodder, Linfodrenaggio secondo Le Duc
- Riabilitazione respiratoria, Massaggio medico classico e dello sportivo
- Massaggio del tessuto connettivo

## Terapia strumentale

- Tens, Ultrasuoni, Elettrostimolazione, Sonda Laser (classe 3B)
- QRS (Quantron risonanze system), Termoterapia: impacchi fiori di fieno.
- Terapia alternative, Riflesso Terapia Plantare (secondo Hanne Marquardt)
- Orthobionomy, Shaitsu, Craniosacrale, Danza Terapia.

## Terapia manuale secondo il Concetto Maitland

Il concetto Maitland si basa sulla precipua importanza del sistema nervoso nella diagnosi e nel trattamento dei "disturbi muscolo-scheletrici". Nell'originalità dell'impostazione il concetto Maitland completa i tradizionali approcci muscolo-articolari della medicina manuale con tecniche di diagnosi e cura basate su precise conoscenze anatomiche e fisiologiche del tutto rispondenti alla moderna neurofisiologia.

## Linfodrenaggio secondo Vodder

Il Drenaggio Linfatico Manuale risulta il metodo di intervento più indicato nelle situazioni che contemplano la formazione di edemi, nella ritenzione di liquidi, nella patologia venosa cronica che può nascere a seguito di interventi di chirurgia, nei casi di accumulo di acido lattico e nella patologia dovuta a stress. La tecnica del Linfodrenaggio è stata presentata negli anni trenta, dal Dr. Vodder, il quale, dopo lunghi studi, creò un metodo scientifico per il trattamento del sistema linfatico. Le tecniche di massaggio di quel periodo non erano sufficientemente adeguate al trattamento e alla manipolazione dei vasi linfatici. Per favorire il deflusso della linfa, le tecniche di Linfodrenaggio non usano la forza, ma movimenti ritmici, dolci, ruotanti, aspiranti ed a spirale, in armonia con una corretta respirazione. " Il Drenaggio Manuale della linfa - sostiene il Dr. Vodder - riveste un'importanza primaria per l'acquisizione di un buono stato generale di salute, per la sua azione benefica sui tessuti e per la possibilità che esso offre di utilizzare completamente i valori e le sostanze vitali: linfa nuova significa vita nuova ". Per i suoi effetti antiedematosi e cicatrizzanti, per la sua capacità di potenziamento delle difese immunitarie e di miglioramento della microcircolazione, per la sua azione antalgica, rilassante e rigeneratrice, è particolarmente indicato nelle sindromi reumatiche, nelle conseguenze di infortuni, nelle malattie della pelle, negli edemi e nei problemi circolatori.

## ORTHO-BIONOMY®

"Le radici del termine Ortho-Bionomy sono le seguenti: ortho significa diritto o corretto; bio significa vita; nomy ha a che fare con le leggi o i principi. Quindi il termine Ortho-Bionomy può essere definito come "corretta applicazione delle leggi della vita". Il nome Ortho-Bionomy® è, dal 1995, un marchio registrato di proprietà dell'O.B.E.A.T., l'associazione europea che riunisce e forma gli insegnanti, autorizzati alla diffusione del metodo, presenti nelle diverse nazioni. Viene fondata alla fine degli anni '70 dal dott. Arthur Lincon Pauls. Il dott. Pauls prese spunto dalla pratica del dott. Jones, un medico osteopata americano che sfruttava le posizioni naturali che il corpo è in grado di assumere per causare un rilascio spontaneo della tensione muscolare e la scomparsa del dolore. Secondo questa tecnica non era più necessario contrastare il blocco articolare, bastava cercare di far assumere al corpo del paziente le posizioni più comode e indolori per la zone in tensione e farle mantenere per alcuni minuti. Per i successivi tre anni il dott. Pauls lavorò e sperimentò sfruttando il concetto di Jones. Il risultato fu lo sviluppo di una ulteriore serie di posizioni che si possono far assumere al corpo per liberarlo delle proprie contratture. Inizialmente chiamò il lavoro "Phased Reflex Techniques".

L'Ortho-Bionomy® è un metodo che può aiutarci a riconoscere il ritmo del movimento vitale e permettere il recupero di modelli di movimento più consoni alla struttura corporea. Grazie a una serie di esercizi si aiuta a ridare elasticità e flessibilità alla muscolatura e di conseguenza al sistema viscerale e circolatorio. In fasi successive, gli esercizi mirano a creare una connessione tra il piano emozionale e la struttura corporea per arrivare a realizzare uno schema fisico e energetico più sano, adatto per interagire al meglio con la realtà che ci circonda. I principi ortobionomici sostengono che il corpo umano va sempre trattato in modo gradevole e delicato perché tale atteggiamento permette l'attivazione di processi fisiologici di autoregolazione che conducono spontaneamente a un nuovo e migliore equilibrio.

L'Ortho-Bionomy è un nuovo metodo che, seguendo il modello ritmico presente in ogni manifestazione naturale, permette di riconoscere e armonizzare tutti gli aspetti costitutivi dell'essere umano. Questa pratica non prende in considerazione solo il piano materiale della persona ma parte dal presupposto che non è possibile riequilibrare l'individuo se non si riesce a entrare in contatto anche con i suoi aspetti più sottili.

## QUANTRON RESONANZ SYSTEM

Il sistema QRS, con il suo campo magnetico pulsato, ha un'influenza positiva su qualsiasi malattia. Spostando gli ioni il campo magnetico può portare ad una normalizzazione del potenziale di membrane. Una cellula sana ha bisogno di abbastanza ioni come nutrimento per costruire molecole di ATP (molecole energetiche) così come di mantenere costante il suo voltaggio tra 70-110 mV. Una cellula malata perde energia, non c'è abbastanza ATP disponibile. Il voltaggio della membrana cellulare si abbassa a 40-50 mV (le cellule tumorali, ad esempio, hanno un voltaggio di soli 20 mV e non sono in grado di rigenerarsi. Sono agitate e necessitano nel loro ambiente di un'energia 16 volte superiore).

Alcuni effetti nell'utilizzo del sistema QRS sono:

- Influenza e normalizzazione sulla circolazione sanguigna: all'interno del campo magnetico il carico delle particelle nei capillari sanguigni oscilla al ritmo della frequenza QRS. Ad esempio: questo può ridurre l'attrito e la resistenza all'interno dei capillari più piccoli. La perfusione (circolazione sanguigna) aumenta e di conseguenza, cresce anche il tasso di diffusione dell'ossigeno e dell'ossido di carbonio.
- Incremento della pressione parziale dell'ossigeno: tutti gli studi dimostrano un significativo aumento di ossigeno nel sangue, più dell'80%.

- 3. Viene ristabilito il potenziale di membrana: L' affaticamento generale del corpo, causato dallo stress o da malattie croniche, può ridurre il potenziale della membrana cellulare (normalmente tra 70 e 90 mV) . Se questo valore si avvicina allo zero, la cellula muore. Una cellula utilizza il 50% della sua energia per mantenere il potenziale di membrana. Il sistema QRS con il suo sistema brevettato di trasporto degli ioni permette il selettivo movimento di protoni (H+ ioni) che raggiungono successivamente la membrana cellulare. In questo modo, la membrana sarà iperpolarizzata e il potenziale di membrana ristabilito
- Afflusso di calcio nella cellula (cascata di calcio): Attraverso l'aumento della concentrazione di ioni H+ nell'area della membrana, il valore del pH si riduce in prossimità della membrana e ciò facilita il rilascio di calcio dallo strato della membrana cellulare. Il calcio non legato affluisce nel cuore della cellula e causa numerose reazioni metaboliche. I macrofagi (componenti cellulari con la funzione di protezione contro le infezioni) vengono attivati e di conseguenza il sistema immunitario si rafforza. Il metabolismo viene attivato e l'ossido nitrico, uno dei più potenti vasodilatatori, viene prodotto. In aggiunta la citogenesi (struttura, funzione e moltiplicazione cellulare) viene stimolata.

Questi quattro risultati costituiscono le basi degli effetti del campo magnetico pulsato. L'ossigeno, il nostro elisir di vita, senza il quale non potremmo vivere, non viene solo aumentato nel sangue ma viene trasportato più velocemente e facilmente alle nostre cellule. Le cellule vengono stabilizzate attraverso la rigenerazione del potenziale di membrana e attivate attraverso l'afflusso di calcio. Il danno al metabolismo cellulare è alla base di numerose malattie, il QRS ha un ampio campo di applicazione: l'attivazione, il rafforzamento delle cellule e l'aumento di ossigeno aiuta il corpo nella sua lotta contro le malattie.

## CONCETTO BOBATH

Il concetto Bobath è un'approssimazione alla risoluzione dei problemi, al riconoscimento ed al trattamento dei bambini e degli adulti con disturbi della funzione, del movimento e del tono, provocati da lesioni del sistema nervoso centrale (SNC)Il trattamento è un'interazione tra il terapeuta ed il paziente nella quale la facilitazione porta ad un miglioramento della funzione.

Concetto Bobath prima: Il concetto Bobath, si basava sulla neurofisiologia di Sherrington, attualmente questa non è valida perchè:

- Nello schema che aveva impostato non c'era il cervelletto, e questo è fondamentale per l'apprendimento motorio ed il controllo del movimento
- Considerò il midollo come la parte meno importante, nonostante sia fondamentale per: il controllo fine dei muscoli (ag – antg), per l'interpretazione del controllo periferico
- Gli studi erano basati sui riflessi e questi non possono spiegare tutte le possibilità di scelta del movimento dell'essere umano.
- Nel SNC non esiste gerarchia, nessuna parte è più importante dell'altra, i sistemi sono in relazione tra di loro. Prima si considerava che la spasticità fosse il problema principale. Oggi si considera che il problema decisivo della lesione del motoneurone superiore, è la debolezza dei due componenti: Neuronale e Non neuronale Berta Bobath, fu la prima terapeuta che sviluppò una scheda di valutazione basata su: La percezione, Il livello cognitivo, La azione.

I punti forti del Bobath sono: Neurofisiologia.